

PUCHAR GÓRNEGO ŚLĄSKA NORDIC WALKING 2020 – 5 KM - MĘŻCZYŹNI

B4SPORT
INTELEGENYNE ZAWODY SPORTOWE

Wydarzenie: PUCHAR GÓRNEGO ŚLĄSKA NORDIC WALKING 2020
Organizator: Tarnowskie Góry
Data: 2020-10-04
Miejsce: Tarnowskie Góry
Dystans: 5 km



Klasyfikacja: Wszyscy

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Żół. kartki	Czer. kartki	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
1	WITUCKI Jacek	180		M45-49	1	1		00:28:45.15		5:45	10.4 (100%)
2	ROSAK Marcin	425	BACHUS NORDICUS ZIELONA GÓRA	M40-44	1			00:29:11.85	+00:00:26 (1.5%)	5:50	10.3 (99.0%)
3	WOJTOWICZ Tomasz	500	ATHLETIC ZRĘCIN / GMINA MIEJSCE PIASTOWE	M30-39	1			00:29:14.15	+00:00:29 (1.7%)	5:50	10.3 (99.0%)
4	CYRUS Bogdan	76	SILESIA NORDIC TEAM	M50-54	1			00:30:29.50	+00:01:44 (5.7%)	6:05	9.8 (94.2%)
5	MARCZAK Tomasz	371		M18-29	1			00:30:43.50	+00:01:58 (6.4%)	6:08	9.8 (94.2%)
6	BIELAWSKI Leszek	202	SONSIEDZI TEAM	M40-44	2	1		00:30:46.90	+00:02:01 (6.6%)	6:09	9.8 (94.2%)
7	ROŻYNEK Miron	178	KS METRACO POLKOWICE	M55-59	1			00:30:51.45	+00:02:06 (6.8%)	6:10	9.7 (93.3%)
8	DĘBSKI Bartłomiej	232	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	M40-44	3			00:30:58.40	+00:02:13 (7.2%)	6:11	9.7 (93.3%)
9	TRZCIŃSKI Franciszek	337	WOPR/SIR START	M55-59	2	1		00:30:58.45	+00:02:13 (7.2%)	6:11	9.7 (93.3%)
10	ROMANOWSKI Daniel	424		M18-29	2	1		00:31:03.60	+00:02:18 (7.4%)	6:12	9.7 (93.3%)
11	HELWICH Stefan	275	KS METRACO POLKOWICE	M60-64	1			00:31:10.60	+00:02:25 (7.8%)	6:14	9.6 (92.3%)
12	BRZozowski Piotr	175	AKTYWNI POSTOMINO	M30-39	2			00:31:11.85	+00:02:26 (7.8%)	6:14	9.6 (92.3%)
13	KUŹMICZ Adam	171	POLIPACK TEAM GWE	M30-39	3	1		00:31:16.40	+00:02:31 (8.1%)	6:15	9.6 (92.3%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Żół. kartki	Czer. kartki	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
14	WOROCH Roman	177	KS METRACO POLKOWICE	M60-64	2			00:31:20.30	+00:02:35 (8.3%)	6:16	9.6 (92.3%)
15	KNITTER Tomasz	306	BŁĘKITNI NW DZIEMIANY	M18-29	3			00:31:25.55	+00:02:40 (8.5%)	6:17	9.5 (91.3%)
16	SOKOŁOWSKI Marek	436	PTG SOKÓŁ RYMANÓW	M55-59	3			00:31:28.90	+00:02:43 (8.7%)	6:17	9.5 (91.3%)
17	FRAĆKOWIAK Roman	179	EKSPEDYCJA NORDIC TEAM SZCZECIN	M50-54	2	1		00:31:33.60	+00:02:48 (8.9%)	6:18	9.5 (91.3%)
18	KŁYŚ Ryszard	304	STADION ŚLĄSKI	M60-64	3			00:31:34.60	+00:02:49 (8.9%)	6:18	9.5 (91.3%)
19	TOPOLNICKI Konrad	478	CKZIU MECHANIK NYSA	M18-29	4	1		00:31:40.10	+00:02:54 (9.2%)	6:20	9.5 (91.3%)
20	KUŚMIEREK Patryk	342	BŁĘKITNI NW DZIEMIANY	M18-29	5			00:31:51.45	+00:03:06 (9.7%)	6:22	9.4 (90.4%)
21	SPYCHAŁA Lesław	441	CKZIU MECHANIK NYSA	M50-54	3			00:32:08.10	+00:03:22 (10.5%)	6:25	9.3 (89.4%)
22	TOPOREK Rafał	176	POLIPACK TEAM GWE	M- Niepełnosprawni(B)	1	2		00:32:11.45	+00:03:26 (10.7%)	6:26	9.3 (89.4%)
23	SŁUPIANEK Paweł	432	KATOWICKI NORDIC WALKING	M40-44	4			00:32:16.50	+00:03:31 (10.9%)	6:27	9.3 (89.4%)
24	RECZULSKI Mariusz	422	STOWARZYSZENIE MIŁOŚNIKÓW SPORTU EFEKT CZĘSTOCHOWA	M50-54	4			00:32:22.20	+00:03:37 (11.2%)	6:28	9.3 (89.4%)
25	ŚWIDEREK Marcin	468	NW CZŁAPSKI TEAM	M40-44	5			00:32:46.40	+00:04:01 (12.3%)	6:33	9.2 (88.5%)
26	GRABOWSKI Jacek	266	LKS ZANTYR SZTUM	M45-49	2			00:32:46.45	+00:04:01 (12.3%)	6:33	9.2 (88.5%)
27	JUREK Adam	46	KS METRACO POLKOWICE	M60-64	4	1		00:33:00.50	+00:04:15 (12.9%)	6:36	9.1 (87.5%)
28	BARYLUK Beniamin	197	MOSIR TTKF SATURN CZELADŹ	M-Jun.	1	1		00:33:01.75	+00:04:16 (12.9%)	6:36	9.1 (87.5%)
29	CIMPRICH Petr	220	NORDIC WALKING OLOMOUC	M30-39	4			00:33:20.80	+00:04:35 (13.8%)	6:40	9 (86.5%)
30	KLIMCZAK Adam	303	GOSADI NORDIC TEAM	M55-59	4			00:33:23.00	+00:04:37 (13.9%)	6:40	9 (86.5%)
31	OLSZAŃSKI Karol	397	FEAR THE RETURN	M45-49	3			00:33:23.95	+00:04:38 (13.9%)	6:40	9 (86.5%)
32	CZŁAPSKI Krzysztof	227	NW CZŁAPSKI TEAM	M55-59	5			00:33:33.10	+00:04:47 (14.3%)	6:42	8.9 (85.6%)
33	GRZYWA Bogdan	273	FORMA WODZISŁAW ŚLĄSKI	M55-59	6			00:33:38.90	+00:04:53 (14.6%)	6:43	8.9 (85.6%)
34	BUŁAKOWSKI Bohdan	215	PASJA NORDIC WALKING	M70-74	1			00:33:50.75	+00:05:05 (15.0%)	6:46	8.9 (85.6%)
35	ZAGAJA Janusz	510	WESOŁY BORSUK TEAM	M65-69	1			00:33:54.90	+00:05:09 (15.2%)	6:46	8.8 (84.6%)
36	KABATA Jarosław	294		M50-54	5			00:33:56.45	+00:05:11 (15.3%)	6:47	8.8 (84.6%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Żół. kartki	Czer. kartki	Czas netto		Tempo min/km	Tempo km/h
								5km	Różn		
37	BIBKO Martin	24	SPEEDBAR	M40-44	6			00:33:57.20	+00:05:12 (15.3%)	6:47	8.8 (84.6%)
38	SZYMAŃSKI Stefan	463	XV KOŁO POLSKIEGO ZWIĄZKU EMERYTÓW W DYWITACH	M70-74	2			00:33:59.45	+00:05:14 (15.4%)	6:47	8.8 (84.6%)
39	TUZIMEK Jakub	482	KUR-TEAM	M-Jun.	2	2		00:34:02.95	+00:05:17 (15.6%)	6:48	8.8 (84.6%)
40	KUŚMIEREK Mateusz	341	BŁĘKITNI NW DZIEMIANY	M-Jun.	3			00:34:03.25	+00:05:18 (15.6%)	6:48	8.8 (84.6%)
41	RADECKI Artur	420	CHODZĄCY BIAŁYSTOK	M55-59	7			00:34:05.00	+00:05:19 (15.6%)	6:49	8.8 (84.6%)
42	MROZIŃSKI Tadeusz	387	NORDICUS STRZYBNICA	M50-54	6			00:34:16.05	+00:05:30 (16.1%)	6:51	8.8 (84.6%)
43	JANKOWSKI Mateusz	283	POLIPACK TEAM GWE	M18-29	6			00:34:17.00	+00:05:31 (16.1%)	6:51	8.8 (84.6%)
44	STACHOWIAK Tomasz	443	STĘSZEW TEAM	M40-44	7			00:34:18.00	+00:05:32 (16.2%)	6:51	8.7 (83.7%)
45	TABOR Leszek	469	LKS ZANTYR SZTUM	M60-64	5			00:34:21.05	+00:05:35 (16.3%)	6:52	8.7 (83.7%)
46	MATECKI Ryszard	372	KS METRACO POLKOWICE	M70-74	3			00:34:36.50	+00:05:51 (16.9%)	6:55	8.7 (83.7%)
47	CZEKAJŁO Franciszek	226	REMI	M65-69	2			00:34:37.00	+00:05:51 (16.9%)	6:55	8.7 (83.7%)
48	WOJCIECHOWSKI Marcin	499	RADLINIOKI	M30-39	5	1		00:34:39.95	+00:05:54 (17.1%)	6:55	8.7 (83.7%)
49	STĘPIEŃ Andrzej	448	LKS ZANTYR SZTUM	M18-29	7	1		00:34:42.05	+00:05:56 (17.1%)	6:56	8.6 (82.7%)
50	JÓWKO Paweł	289	KUR-TEAM	M45-49	4			00:34:43.30	+00:05:58 (17.2%)	6:56	8.6 (82.7%)
51	MAJCHRZYK Wojciech	364	SONSIEDZI TEAM	M50-54	7			00:34:44.15	+00:05:59 (17.2%)	6:56	8.6 (82.7%)
52	CZMOCH Marian	228		M65-69	3			00:34:44.55	+00:05:59 (17.2%)	6:56	8.6 (82.7%)
53	BREWKA Joachim	209	UNIA MIAST	M55-59	8			00:34:47.45	+00:06:02 (17.4%)	6:57	8.6 (82.7%)
54	MAJAK Mateusz	362	NW CZŁAPSKI TEAM	M18-29	8			00:34:50.90	+00:06:05 (17.5%)	6:58	8.6 (82.7%)
55	TOMCZYK Edward	477	MARSZ PO ZDROWIE	M70-74	4			00:34:59.95	+00:06:14 (17.8%)	6:59	8.6 (82.7%)
56	KASPRZAK Tadeusz	300		M- Niepełnosprawni(A)	1			00:35:07.05	+00:06:21 (18.1%)	7:01	8.5 (81.7%)
57	DUSZEŃKO Zygmunt	237	KS METRACO POLKOWICE	M- Niepełnosprawni(A)	2			00:35:10.70	+00:06:25 (18.3%)	7:02	8.5 (81.7%)
58	KOŁPAK Jan	310	LKS ZANTYR SZTUM	M70-74	5			00:35:22.10	+00:06:36 (18.7%)	7:04	8.5 (81.7%)
59	KOWALCZYK Tadeusz	318	LUX TORPEDA MAŁOPOLSKA	M65-69	4			00:35:30.05	+00:06:44 (19.0%)	7:06	8.5 (81.7%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Żół. kartki	Czer. kartki	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
60	ADAMUS Marian	301	SILESIA NORDIC TEAM	M70-74	6			00:35:34.35	+00:06:49 (19.2%)	7:06	8.4 (80.8%)
61	NOWACZYK Tomasz	393	MARSZ PO ZDROWIE	M40-44	8			00:35:38.00	+00:06:52 (19.3%)	7:07	8.4 (80.8%)
62	TRZCIŃSKI Wiktor	481	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	M-Dzieci	1			00:35:43.95	+00:06:58 (19.5%)	7:08	8.4 (80.8%)
63	RYBAŁTOWSKI Paweł	428	OBORYGENI	M75+	1			00:35:44.40	+00:06:59 (19.6%)	7:08	8.4 (80.8%)
64	PŁONKA Krzysztof	411		M55-59	9			00:35:44.95	+00:06:59 (19.6%)	7:08	8.4 (80.8%)
65	WALESZKO Andrzej	489	PASJA NORDIC WALKING	M45-49	5			00:35:45.55	+00:07:00 (19.6%)	7:09	8.4 (80.8%)
66	DUDEK Edward	235	KS METRACO POLKOWICE	M70-74	7	1		00:35:53.45	+00:07:08 (19.9%)	7:10	8.4 (80.8%)
67	TKOCZ Adam	472	EKIPA NA KIJACH	M50-54	8			00:35:55.75	+00:07:10 (20.0%)	7:11	8.4 (80.8%)
68	STOLARSKI Janusz	450	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	M65-69	5			00:35:58.00	+00:07:12 (20.1%)	7:11	8.3 (79.8%)
69	NETKOWSKI Wojciech	389	PASJA NORDIC WALKING	M60-64	6			00:36:11.65	+00:07:26 (20.6%)	7:14	8.3 (79.8%)
70	WAWRZY尼亚K Igor	495	POLIPACK TEAM GWE	M-Jun.	4			00:36:12.70	+00:07:27 (20.6%)	7:14	8.3 (79.8%)
71	CIEŚLUK Marcin	218	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	M- Niepełnosprawni(B)	2			00:36:18.90	+00:07:33 (20.8%)	7:15	8.3 (79.8%)
72	ŻAK Dawid	504	MOSIR TTKF SATURN CZELADŹ	M-Jun.	5			00:36:27.25	+00:07:42 (21.1%)	7:17	8.2 (78.8%)
73	WASILEWSKI Sławomir	493	PASJA NORDIC WALKING	M75+	2			00:36:29.25	+00:07:44 (21.2%)	7:17	8.2 (78.8%)
74	OLSZEWSKI Ryszard	398	LKS ZANTYR SZTUM	M65-69	6			00:36:44.95	+00:07:59 (21.8%)	7:20	8.2 (78.8%)
75	FRANCZAK Dariusz	242	NW CZŁAPSKI TEAM	M55-59	10			00:37:01.10	+00:08:15 (22.3%)	7:24	8.1 (77.9%)
76	MACHOWSKI Jan	360	LEŚNE LUDKI ŻARKI LETNisko	M70-74	8			00:37:27.60	+00:08:42 (23.2%)	7:29	8 (76.9%)
77	RUSINOWICZ Andrzej	427	DAJ RADOŚĆ NIEPEŁNOSPRAWNYM	M75+	3			00:37:27.95	+00:08:42 (23.3%)	7:29	8 (76.9%)
78	GRYGOROWICZ Bogdan	271	KS METRACO POLKOWICE	M- Niepełnosprawni(B)	3			00:37:43.15	+00:08:58 (23.8%)	7:32	8 (76.9%)
79	LACHNIK Hubert	346	CKZIU MECHANIK NYSA	M70-74	9			00:37:43.65	+00:08:58 (23.8%)	7:32	8 (76.9%)
80	WALESZKO Adam	488	PASJA NORDIC WALKING	M-Jun.	6			00:37:50.90	+00:09:05 (24.0%)	7:34	7.9 (76.0%)
81	MAZURKIEWICZ Antoni	375	LKS ZANTYR SZTUM	M70-74	10			00:37:53.95	+00:09:08 (24.1%)	7:34	7.9 (76.0%)
82	PASTERNY Igor	404	MOSIR TTKF SATURN CZELADŹ	M-Dzieci	2			00:37:57.10	+00:09:11 (24.2%)	7:35	7.9 (76.0%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Żół. kartki	Czer. kartki	Czas netto		Tempo min/km	Tempo km/h
								5km	Różn		
83	ŚCIBIOR Robert	465	KUR-TEAM	M45-49	6			00:38:19.10	+00:09:33 (25.0%)	7:39	7.8 (75.0%)
84	SZCZĘŚNIAK Wiktor	459	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	M-Jun.	7			00:38:26.40	+00:09:41 (25.2%)	7:41	7.8 (75.0%)
85	PUSZKARSKI Adam	417	GOSADI NORDIC TEAM	M-Dzieci	3			00:38:27.65	+00:09:42 (25.2%)	7:41	7.8 (75.0%)
86	TOŁAJ Andrzej	474	KATOWICKI NORDIC WALKING	M60-64	7			00:38:33.10	+00:09:47 (25.4%)	7:42	7.8 (75.0%)
87	GRABDA Andrzej	265		M55-59	11			00:38:34.25	+00:09:49 (25.5%)	7:42	7.8 (75.0%)
88	LEWANDOWSKI Roman	353	LKS ZANTYR SZTUM	M65-69	7			00:38:52.75	+00:10:07 (26.0%)	7:46	7.7 (74.0%)
89	GÓRNIK Jerzy	263	KATOWICE 49	M70-74	11			00:39:16.55	+00:10:31 (26.8%)	7:51	7.6 (73.1%)
90	BŁASZCZYK Adrian	203		M40-44	9	1		00:39:16.80	+00:10:31 (26.8%)	7:51	7.6 (73.1%)
91	BOROŃ Adam	206	MOSIR TKKF SATURN CZELADŹ	M-Jun.	8			00:39:30.00	+00:10:44 (27.2%)	7:54	7.6 (73.1%)
92	SOSNECKI Łukasz	440		M-Jun.	9	1		00:39:46.60	+00:11:01 (27.7%)	7:57	7.5 (72.1%)
93	PIĄTKOWSKI Józef	407	KS METRACO POLKOWICE	M75+	4			00:39:59.00	+00:11:13 (28.1%)	7:59	7.5 (72.1%)
94	STASIAK Maciej	445		M30-39	6			00:39:59.35	+00:11:14 (28.1%)	7:59	7.5 (72.1%)
95	SOSIN Stanisław	439	STADION ŚLĄSKI	M- Niepełnosprawni(A)	3			00:40:09.80	+00:11:24 (28.4%)	8:01	7.5 (72.1%)
96	THOMALLA Bogdan	471	STADION ŚLĄSKI	M75+	5			00:40:26.05	+00:11:40 (28.9%)	8:05	7.4 (71.2%)
97	NIESŁONY Ryszard	392	MALIMOWE GWIAZDY	M60-64	8			00:40:42.50	+00:11:57 (29.4%)	8:08	7.4 (71.2%)
98	JÓŹWIAK Łukasz	291	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	M- Niepełnosprawni(A)	4			00:40:56.15	+00:12:11 (29.8%)	8:11	7.3 (70.2%)
99	GORNY Martin	259	CKZIU MECHANIK NYSA	M-Dzieci	4			00:41:02.15	+00:12:17 (29.9%)	8:12	7.3 (70.2%)
100	JANOSZKA Krzysztof	284	MORSY LUBLINIEC	M60-64	9			00:41:11.15	+00:12:26 (30.2%)	8:14	7.3 (70.2%)
101	GAŹDZICKI Stanisław	252		M60-64	10			00:42:27.00	+00:13:41 (32.3%)	8:29	7.1 (68.3%)
102	SOBCZAK Robert	433	NORDICUS STRZYBNICA	M40-44	10			00:42:38.05	+00:13:52 (32.6%)	8:31	7 (67.3%)
103	MAJAK Wojciech	361	NW CZŁAPSKI TEAM	M45-49	7			00:42:47.45	+00:14:02 (32.8%)	8:33	7 (67.3%)
104	SZYMCZEWSKI Włodzimierz	464		M60-64	11			00:43:23.05	+00:14:37 (33.7%)	8:40	6.9 (66.3%)
105	KUREK Klaudiusz	336		M30-39	7			00:44:02.95	+00:15:17 (34.7%)	8:48	6.8 (65.4%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Żół. kartki	Czer. kartki	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
106	KRZYCHOWICZ Karol	325	NORDICUS STRZYBNICA	M30-39	8			00:44:04.05	+00:15:18 (34.8%)	8:48	6.8 (65.4%)
107	TUZIMEK Adam	483	KUR-TEAM	M-Jun.	10			00:44:14.80	+00:15:29 (35.0%)	8:50	6.8 (65.4%)
108	MARONDEL Jan	410		M65-69	8			00:44:22.55	+00:15:37 (35.2%)	8:52	6.8 (65.4%)
109	DRYNDA Franciszek	234	NORDICUS STRZYBNICA	M70-74	12			00:44:50.20	+00:16:05 (35.9%)	8:58	6.7 (64.4%)
110	ŚCIBISZ Bogdan	466	MOSIR TKKF SATURN CZELADŹ	M75+	6			00:46:08.10	+00:17:22 (37.7%)	9:13	6.5 (62.5%)
111	LEBIODA Paweł	351	STADION ŚLĄSKI	M- Niepełnosprawni(A)	5			00:46:21.20	+00:17:36 (38.0%)	9:16	6.5 (62.5%)
112	PAJĘCKI Adam	401	PARAKULOS KOWAL	M- Niepełnosprawni(B)	4			00:46:52.40	+00:18:07 (38.7%)	9:22	6.4 (61.5%)
113	ZYGMUNT Patryk	327		M40-44	11			00:48:57.65	+00:20:12 (41.3%)	9:47	6.1 (58.7%)
114	JÓŹWIAK Dominik	292	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	M- Niepełnosprawni(B)	5			00:50:28.40	+00:21:43 (43.0%)	10:05	5.9 (56.7%)
115	CIEŚLUK Igor	219	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	M-Dzieci	5			01:03:29.90	+00:34:44 (54.7%)	12:41	4.7 (45.2%)
DQ	GLISZCZYŃSKI Mirosław	257	NWPL/GOGGLE PAE TEAM	M- Niepełnosprawni(A)			1	00:38:53.75 DQ		0:00	7.7 (74.0%)
DQ	POLKOWSKI Piotr	173	NW CZŁAPSKI TEAM	M30-39			1	DQ			(0.0%)
	TOMASZEK Zbigniew	476	TARNOGÓRSKIE ŁAZĘGI	M70-74				DNF		-	- (0.0%)

Znaleziono 118 wynik(ów)